

【週刊タバコの正体】

Vol.44 第14話～第17話

2019年12月 和歌山工業高校 奥田恭久

■Vol. 44

(No. 611) 第14話 何十年後の老け顔

—何十年後の老け顔...

皆さん、「スモーカーズフェイス」って知っていますか。左図のとおり、喫煙による皮膚の老化が原因でシワやシミが多い老け顔がスモーカーズフェイスと呼ばれています。と言っても見るからにスモーカーズフェイスだとわかりません。

そこで、真ん中の二枚の写真を見比べてください。シワやシミの数の違いははっきり違います。良く見るとなんとなく似ていませんか。じつはこの二人、60歳代の双子で左が喫煙者、右が非喫煙者です。何十年もタバコを吸い続けるとこんなに違いがあらわれる場合があるのです。

(No. 612) 第15話 手術前の禁煙

—タバコは病気の原因にも治療の障害になる...

手術前には、まず「禁煙」

「禁煙」は、術前準備の第一歩

この2枚のポスターは日本麻酔学会が作成したもので、手術にあたって喫煙者は禁煙が必要であることを訴えています。その理由は手術後の合併症をなくすためです。

手術後の合併症とは、手術や検査などがもとになって起こる病気をさします。例えば、喫煙者は非喫煙者に比べ手術後に皮膚の感染症を併発する危険性が3倍、皮膚が壊死する危険性は7～9倍もあると言われているほか、肺機能の低下や血管の状態を悪化させるなど、全般的に術後の回復が遅れるそうです。

(No. 613) 第16話 大学の全面禁煙

—大学の敷地内全面禁煙も常識に...

今や世間のいたる所は禁煙が当たり前となっています。未成年の生徒が通う学校が敷地内全面禁煙は当然なのですが、喫煙場所が設置されている大学は、まだ多く存在しています。

しかし、ご覧のポスターにあるように大学敷地内全面禁煙の動きが広がって来ています。近い将来、大学にもタバコの煙がないのが常識になる日が来ることでしょう。

(No. 614) 第17話 全室禁煙のホテル

—地方の宿泊施設も全室禁煙が当たり前に...

これは今年の1月に掲載された、有名な一流ホテルは「全室禁煙」が主流となってきているという新聞記事です。記事の内容によると、喫煙率が低下してタバコを吸わない人が増えている事に加え、海外からの訪日客も禁煙志向が高いからだと言明されています。

タバコを吸わない人にとって、わざわざタバコくさい部屋に宿泊したいとは思いませんから、禁煙室を予約するのに決まっています。現在、日本の喫煙率は約20%しかないので宿泊施設の予約状況は有名ホテルに限らず、禁煙室から埋まっていくようです。せっかくの旅行を快適に心地よく過ごしたいのに、旅の宿がタバコくさくては台無しですからね。

Serial number 611 第14話 週刊 タバコの正体

同じ年齢でもこんなに違いが！

喫煙習慣がない人の顔

喫煙習慣がある人の顔

①目じりや口の周りにシワが深くなる
②目じりが下がる
③肌が乾燥してツヤハリがなくなる
④シミやクマができる
⑤鼻色が黄ばんでくる
⑥頬こけのラインがたむ
⑦歯にタバコのヤニがつく
⑧口の周りがすぼみやすくなる

Girls Channel サイトより

皆さん、「スモーカーズフェイス」って知っていますか。左図のとおり、喫煙による皮膚の老化が原因でシワやシミが多い老け顔がスモーカーズフェイスと呼ばれています。と言っても見るからにスモーカーズフェイスだとわかりません。

そこで、真ん中の二枚の写真を見比べてください。シワやシミの数の違いははっきり違います。良く見るとなんとなく似ていませんか。じつはこの二人、60歳代の双子で左が喫煙者、右が非喫煙者です。何十年もタバコを吸い続けるとこんなに違いがあらわれる場合があるのです。

タバコの主成分であるニコチンはビタミンCの吸収を妨げる作用があります。ビタミンCは身体の働きを助け、調子を整えるために欠くことができない微量栄養素なのですが、人体の中で作ることができない物質です。ビタミンにはいくつかの種類がありますが、そのなかのビタミンCは、コラーゲンの生成を促し、メラニン色素の生成を抑制するなどの働きがあります。とりわけ、DNAやタンパク質を傷つける活性酸素を無害化する効果があるので、ビタミンCが不足すると皮膚の老化が早まると言えます。つまり、タバコを吸うとそんなビタミンCが失われるので、左下図に示すように皮膚のシワ、シミが増えるわけです。

紫外線にたいして 皮膚の老化原因になるたばこ煙

主に水溶性成分

メラニン色素を増やす

しみる

コラーゲンが減少

皮膚の結合組織を分解

しわの原因！

皮膚の乾燥

しみやくすみの原因！

産業界デザイン科 奥田 恭久

Zero Project obacco In WAKO Since 2005

Serial number 614 第17話 週刊 タバコの正体

客室を全面禁煙にするホテルが増えている	ホテル名	総客室数	所在地	全室禁煙化の時期
	阪急阪神ホテルズの直営15ホテル			
	ホテル阪急インターナショナル、大阪新阪急ホテル、第一ホテル東京など	4380	東京、大阪、京都など	今年8月完了予定
	ヨドバシ梅田タワー(仮称)	約1000	大阪市北区	2020年初春開業と同時に
	リーガロイヤルホテル東京	129	東京都新宿区	今年4月1日
	都市センターホテル	327	東京都千代田区	2020年東京五輪開催までに
	リーガ中之島イン	335	大阪市西区	2019年度中
	リーガロイヤルホテル小倉	295	北九州市小倉北区	2021年度中
	タイワロイヤルホテルクラリアテ京都	272	京都市南区	昨年6月開業と同時に
	クロスホテル京都	301	京都市中京区	昨年9月開業と同時に

全室禁煙化は昨年7月の当区版の改定した「全室禁煙」の提供

これは今年の1月に掲載された、有名な一流ホテルは「全室禁煙」が主流となってきているという新聞記事です。記事の内容によると、喫煙率が低下してタバコを吸わない人が増えている事に加え、海外からの訪日客も禁煙志向が高いからだと言明されています。

タバコを吸わない人にとって、わざわざタバコくさい部屋に宿泊したいとは思いませんから、禁煙室を予約するのに決まっています。現在、日本の喫煙率は約20%しかないので宿泊施設の予約状況は有名ホテルに限らず、禁煙室から埋まっていくようです。せっかくの旅行を快適に心地よく過ごしたいのに、旅の宿がタバコくさくては台無しですからね。

一流ホテル以外でも、全室禁煙の宿泊施設が増えてくれば、より多くの人が快適に旅の夜を過ごすようになると思います。

産業界デザイン科 奥田 恭久

Zero Project obacco In WAKO Since 2005

毎週火曜日発行



URL: http://www.jascs.jp/truth_of_tabacco/truth_of_tabacco_index.html

※週刊タバコの正体は日本禁煙学会のHPでご覧下さい。
 ※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。
 ※HPへのアクセスには右のQRコードが利用できます。

